Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 29 (1972)
Heft: 3

Artikel: Geduld zum Kranksein und Heilen
Autor: [s.n.]
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-970669

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 16.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Proviant doch nur wieder ins Tal zurückbringen.

Vorbeugende Massnahmen

Erkältungen können wir vorbeugend begegnen;

1. durch eine gute, vitalstoffreiche Nahrung mit reichlichem Kalkgehalt. Um sicher zu gehen, kann man zusätzlich noch biologischen Kalk in Form von Urticalcin einnehmen.
2. durch Berücksichtigung des Vormitternachtsschlafes und Vermeidung jeglichen Nachtlebens.
3. durch richtiges Verhalten bei starkem Schwitzen, indem man feuchte Unterwäsche bei gegebener Gelegenheit unterwegs wechselt und nach Ankunft im Hotel dem Körper sofort die wohltätige Pflege einer heissen Dusche verschafft.
4. durch die Einnahme vorbeugender Mittel wie Usneasan, Echinaforce und Spilanthes.

Im Falle einer bereits einsetzenden Infektion sind diese Mittel zur Erlangung einer rascheren Heilung unbedingt regelmässig einzunehmen. Da jede starke Erkältung den Körper empfindlich zu schwächen vermag, sollten wir eine solche zu verhüten suchen, da sie eine Wegbereitung für schwerere Infektionskrankheiten sein kann. Wohl mag es praktisch erscheinen, gegen Erkältungskrankheiten mit Antibiotika vorzugehen, aber wir verhindern dadurch höchstens den normalen Ablauf des Krankheitsgeschehens sowie die notwendige Bildung von Antikörpern. Zwar können antibiotische Medikamente die Krankheit rasch coupieren, also unterdrücken, was dennoch keineswegs einer Heilung entspricht, denn der Krankheitsverlauf wird dadurch nur unterbunden, ohne dass der Körper von der Krankheit regelrecht befreit worden wäre, im Gegenteil, wir können dadurch bewirken, dass sich der Verlauf der Krankheit unerwünscht lange und schleichend dahinzieht. Manche werden dies schon erfahren haben und froh sein, den Grund und die Abhilfe dagegen erfahren zu können.

Geduld zum Kranksein und Heilen

Es ist in der Hast unserer Tage kein Wunder, wenn man zum Kranksein und Heilen keine Geduld und Zeit glaubt aufbringen zu können. Darum sind alle neuzeitlichen Hilfsmittel der Chemotherapie willkommen. Früher, als es diese noch nicht gab, standen Ärzte und Mütter noch auf dem naturgemässen Weg der Heilung. Stille, Ruhe und viel Schlaf, die Unterstützung der Fieber durch Wickel und schweisstreibende Kräutertees, möglichstes Fasten und zuversichtliche Geduld boten zu jener Zeit nebst der Anwendung harmloser Naturmittel die beste Aussicht auf Heilung und Genesung, wenn der Vorläufer der Grippe, die sogenannte Influenza ihren jährlichen Besuch abstattete. Heute aber will man rascher zum Ziel gelangen.

Stürme im Fernen Osten oder im Golf von Mexiko richten bekanntlich unheimliche Verheerungen an. Hütten werden weggefegt, Palmen bis zum Boden niedergebeugt, Bananenblätter zerfetzt, was irgend der Sturm erfassen kann, wandelt er in trostlose Verwüstung um. Wenn er aber ausgetobt hat und wieder Stille eingekehrt ist, erholt sich auch die Natur von ihrem Schrecken rasch wieder. Die angeschwemmten Samen beginnen zu keimen und neues Grün verdeckt bald erneut das Chaos der Zerstörung durch rohe Gewalt. Keine Hast trägt dazu bei, jedoch Zeit, Geduld und die treibende Kraft der Natur helfen heilen und gesunden und lassen die Schönheit erneut erstehen.

Verheerung oder Aufbau?

So ist es auch um uns bestellt, wenn Invasionen von Viren und Bakterien unseren Körper wie Springfluten überren-

nen, so dass Millionen von Zellen davon betroffen werden. Wenn Entzündungen, Schwellungen, Eiterungen, und hohe Fieber die aktive Gegenwehr des Körpers anzeigen, dann dürfen wir beruhigt dem Körper etwas Zeit lassen, damit er seine Abwehrkräfte wappnen und zum Heilprozess führen kann. Das erfordert unserseits die nötige Einsicht und Geduld. Vergleichen wir die eindringenden Mikroorganismen, die Viren und Bakterien, mit einer Gruppe von Verbrechern, die Abwehrkräfte des Körpers jedoch mit einer Truppe von Polizisten, dann wäre es unweise, die sich bekämpfenden Scharen mit Maschinengewehren, Handgranaten und Bombenangriffen auseinandertreiben zu wollen. Wohl würden dadurch viele Verbrecher getötet, mit ihnen aber müsste man womöglich ebensoviele Polizisten opfern. Wenden wir diesen Vergleich auf unser Krankheitsgeschehen an, dann werden wir zur Einsicht gelangen, dass wir mit starken, vor allem chemischen Medikamenten eine ungefähr gleich verheerende Wirkung in unserem kranken Körper auslösen würden. Sulfonamide, Antibiotika, Metallsalze und allerlei Todesstrahlen sind zu scharfe Geschütze, um sie in den aktiven Kampf des Körpers eingreifen zu lassen. Durch sie gehen zwar Millionen schlechte Zellen zugrunde, gleichzeitig verliert dadurch jedoch der Körper auch Millionen guter Zellen. Wie soll alsdann unser Organismus auf diesem Schlachtfeld von Chemie und Todesstrahlen wieder neues Leben erstehen lassen? Es ist zwar nicht verkehrt, die kämpfenden Elemente und Truppen des Körpers zu unterstützen, aber dies hat nicht mit zerstörenden Mitteln zu geschehen, sondern mit solchen, die aufbauen helfen, weil dadurch die Abwehrkräfte verstärkt werden können. Dies geschieht deshalb vorteilhaft und erfolgreich durch Mineralstoffe, Vitamine, Enzyme und Pflanzenpräparate, denen wir genügend Zeit einräumen müssen, damit sie den Feind schwächen, kampfunfähig machen und vernichten können. Das alles aber erfordert auch die nötige Geduld, die heute so schwer aufzutreiben ist. Wer mag schon im Bett liegen, Naturmittel einnehmen, Saftfasten einschalten, Wickel und andere Anwendungen durchführen, damit die betroffenen Körperstellen eine bessere Durchblutung erlangen können, weil dies den Heilprozess zu unterstützen vermag, denn frisches Blut bedeutet den Einsatz neuer Truppen in den Kampf. Wer aber will die Zeit dazu opfern, wer soll die Pflege übernehmen, und wer besitzt noch die genügende Geduld für dies alles?

Richtige Unterstützung der Kampfmethoden

Das sind alles Probleme, die sich heute nicht mehr so leicht lösen lassen, und doch wäre dies wie in früheren Zeiten angebracht. Es ist daher gut, sich das richtige Verständnis für die Strategie des Körpers anzueignen. Man sollte seine Kampfmethoden kennen, um seine Abwehrmassnahmen unterstützen zu können, statt sie infolge verkehrter Ansichten zu bekämpfen. Das alles stärkt die Geduld, die sich als Mithilfe im Kampf bejahender Kräfte gegen den Feind auszuwirken vermag. Dabei dürfen wir allerdings den Schmerz als weitere Mithilfe nicht durch Betäubung unterdrücken, denn er ist der Kampflärm, den wir beachten müssen, um zum Siege zu gelangen, da er uns den Weg weist. Wenn wir aber diese Alarmglocke mit chemischen Waffen zerschlagen, dann verfehlt der Schmerz seinen Zweck. Der Kampflärm wird erdrosselt, demnach also nicht durch den voranschreitenden Heilprozess zum verstummen gebracht und das ist verkehrt, denn nur wenn der Schmerz abnimmt, weil die Abwehrkräfte des Körpers den Sieg über die Feinde errungen haben, haben wir den richtigen Weg zur Heilung eingeschlagen. Dies lässt uns aufatmen und freudig werden, und die dadurch gewonnene Zuversicht dient ebenfalls als Hilfe zur Heilung. Wie belohnt

sind Pfleger oder Pflegerinnen, wenn sie auf diese Weise den Kranken betreuen können, denn auch ihre Geduld kann auf die Probe gestellt werden. Unterstützen sie aber den Kranken in beharrlicher Freundlichkeit, dann dient auch dies zur Aufmunterung und Aktivierung des so notwendigen Durchhaltewillens.

Gerade bei Grippe und anderen fieberhaften Infektionskrankheiten ist es gefährlich, sich zu früh dem Kampf des Alltags wieder zur Verfügung zu stellen. Ist erst einmal die Krankheit besiegt, dann müssen wir dem Körper noch eine Erholungszeit einräumen, bevor er sich wieder schlechten Witterungsverhältnissen, also Wind und Regenwetter oder gar Schneetreiben aussetzen darf. Wir brauchen also auch hierzu nochmals Geduld, aber sie lohnt sich, denn es ist sehr nachteilig, wenn wir die Gesundheit erzwingen wollen, während wir sie doch noch nicht völlig wieder errungen haben. Wer sich den Kampfmethoden seines Körpers anzupassen versteht, indem er sie unterstützt, wird auch den gebührenden Erfolg erzielen, aber ohne die notwendige Geduld wird es ihm kaum gelingen. Selbst wenn er die Krankheit soweit besiegte, dann aber mit unbeherrschtem Ungestüm glaubt, eine Erholungszeit umgehen zu können, wird er mit einem Rückfall rechnen müssen, und dieser erfordert dann noch weit mehr Geduld, als wenn er sich zuvor durch die Vernunft hätte beraten lassen.

Naturmittel für eine Krankenschwester

Wenn unser Kalkspiegel nicht in Ordnung ist, sollten wir ihn zu heben suchen, denn alsdann werden auch weitere Mittel viel günstiger ansprechen, als wenn unser Zustand allgemein darniederliegt. Dies erfuhr eine 64jährige Krankenschwester, die sich vor einigen Wochen an uns gewendet hatte, an sich selbst, denn eine ihrer Patientinnen riet ihr, doch unser biologisches Kalkmittel Urticalcin einzunehmen. Vor 10 Jahren hatte sie 2 Herzinfarkte erlitten, und als Folge blieb eine Herzinsuffizienz zurück, die oft etwas Atemnot und eine geringere Wasserausscheidung verursachte. Lange musste die Krankenschwester daher Lasix-Tabletten einnehmen, wodurch sie jedoch an Gewicht verlor und ausgetrocknet wurde, wie sie sich ausdrückte. Da sie schon immer auf Naturmittel eingestellt war, weil ihr diese besser bekamen als starke Medikamente vom Arzt, vertauschte sie also die chemischen Tabletten mit dem erwähnten Urticalcin, und obwohl es sich dabei nicht um ein spezifisches Mittel gegen ihre Leiden handelte, wurde die Wasserausscheidung durch dieses Mittel viel besser. Das ermutigte nun diese Krankenschwester sehr, denn sie ist, so gut es in ihrem Alter geht, noch immer tätig, und da sie es noch weiterhin bleiben möchte, bat sie um guten Rat und entsprechende weitere Naturmittel. Urticalcin wirkt zusätzlich auf die Atemnot günstig ein, ebenso Cardiaforce, das ohnedies das Herz stärken hilft. Die Wasserausscheidung fördern die Nierenmittel Solidago oder Nephrosolid und vor allem auch Convascillan, das Maiglöckchenpräparat mit der echten Meerzwiebel. Auch dieses Mittel beschafft bei Atemnot zusätzliche Ereichterung.

Es ist dies nicht die einzige Krankenschwester, die sich durch Naturmittel zu helfen wünscht. Viele von denen, die ausser Dienst sind, erinnern sich noch der früheren Zeiten, in denen die Phytotherapie, also die Pflanzenheilkunde, in Ehren stand, während die Chemotherapie erst in ihren Anfängen steckte. Wenn sie in ihrem treuen Dienst auch erfahren konnten, dass chemische Mittel Schmerzen rasch zu betäuben vermögen, waren sie doch auch gleichzeitig in der Lage, sich zu vergewissern, dass dadurch die angestrebte Heilung keineswegs verbürgt wurde, sondern viel eher die Gefahr ungünstiger Nebenwirkungen in Erscheinung trat. Wie schön ist es aber, wenn Kranke